

<https://www.femininbio.com/bien-etre/selections-et-shopping/10-livres-pour-comprendre-la-maladie-de-lyme-58184>

Lyme : tout savoir sur cette maladie chronique en 10 lectures

1. J'ai surmonté la maladie de Lyme, Laura Arnal et Charlotte Guttinger

Une jeune femme de 40 ans, mère de trois enfants, raconte son expérience de la maladie de Lyme. Elle nous livre ses huit années de ballottage d'un médecin à l'autre qui l'ont menée à un état de santé ravagé et à un isolement social progressif. Jusqu'au diagnostic enfin posé et à la rencontre avec le bon médecin. Ce véritable parcours à l'issue pourtant positive porte l'espoir de retrouver une vie normale. Cette maladie transmise par les tiques est de plus en plus fréquente et pas toujours bien diagnostiquée ni bien traitée.

Difficile à diagnostiquer, la maladie de Lyme est une infection aux multiples symptômes qui entraîne des souffrances que les patients gardent des années. Découvrez notre sélection de témoignages et de livres de conseils pour tout savoir sur cette maladie chronique.

Un encouragement à se battre pour être reconnue en tant que malade de Lyme, un plaidoyer en faveur de la recherche et une invitation à déjouer la fatalité

[19,90 € Editions Odile Jacob](#)

2. La maladie de Lyme, Alexis Lacout

Dans ce livre, le docteur Alexis Lacout vous donne, sans tabou, toutes les clés pour comprendre le fonctionnement de la maladie qui touche chaque année 27 000 personnes en France et pour mieux la vivre au quotidien. Prévention, soins, traitement allopathique et médecine naturelle sont au programme pour vous permettre d'appivoiser cette maladie.

Une analyse scientifique et illustrée précise et rigoureuse, complétée par le regard purement humain de patients amenés à témoigner.

[14,95 € Mango Editions](#)

3. La tactique de la tique, ou comment prévenir de la maladie de Lyme, Pierre Hecker

Ingénieur de l'information géographique et forestière, Pierre Hecker nous délivre ses meilleurs conseils à propos de l'infection que l'on appelle également borréliose, qui peut entraîner un état de fatigue général et évoluer vers de multiples complications.

Quelles précautions prendre pour profiter pleinement d'une promenade dans la nature ? Que faire en cas de piqûre ? Comment savoir si l'on est contaminé ? Chaque piqûre transmet-elle la maladie de Lyme ou d'autres maladies ? Autant de questions que l'auteur engagé dans la Fédération française contre les maladies vectorielles à tiques (FFMVT) tente de répondre dans cet ouvrage.

[5,90 € Editions Larousse](#)

4. Lyme, les solutions naturelles, Judith Albertat

Devenue naturopathe, formée à la nutrition et l'aromathérapie, Judith Albertat partage dans ce livre son expérience et ses conseils, forgés auprès des dizaines de malades qu'elle a aidés. Sa conviction :

oui on peut guérir du Lyme chronique, mais les antibiotiques ne suffisent pas toujours, d'autant qu'ils peuvent entraîner des effets secondaires sérieux. Elle y explique concrètement quels examens permettent de faire le point sur l'état réel de son organisme, comment combler les carences en vitamines et minéraux et lutter contre l'inflammation, comment se désintoxiquer des métaux lourds et booster son système immunitaire, et plein d'autres questions sur l'alimentation et la guérison.

[12,90 € Editions Thierry Souccar](#)

5. Maladie de Lyme, l'épidémie qu'on vous cache, Viviane Schaller

Le 31 mai 2012, le ministère de la Santé a ordonné la fermeture du laboratoire d'analyses Schaller, à Strasbourg, en pointe sur la maladie de Lyme, une affection grave transmise par les tiques. La raison de cette décision ? On reproche à Viviane Schaller, alors directrice du laboratoire, de pratiquer un test de dépistage plus sensible, mais non homologué, qui diagnostique davantage de cas de Lyme que les tests "officiels". Mais au lieu de s'intéresser à ses découvertes, les autorités ont préféré clore le sujet en faisant taire la lanceuse d'alerte. Dans cet ouvrage, Viviane Schaller raconte son combat pour faire évoluer le diagnostic de la maladie de Lyme et alerter autorités sanitaires, médecins et malades sur une épidémie dont l'ampleur est niée.

[16,90 € Editions Thierry Souccar](#)

6. Maladie de Lyme, mon parcours pour retrouver la santé, Judith Albertat

Dans cet ouvrage paru à l'été 2011, Judith Albertat dénonce les galères rencontrées par les malades pour avoir un diagnostic fiable et trouver un médecin compétent et bienveillant. Elle esquisse les pistes thérapeutiques associant médecines conventionnelle et alternative. Son parcours, décrit dans ce récit autobiographique, va l'amener à comprendre qu'elle souffre d'une maladie chronique en pleine expansion transmise par les tiques, les puces, les moustiques : la maladie de Lyme. Et surtout à découvrir qu'à côté des traitements proposés (antibiotiques), il existe des thérapies alternatives peu connues mais particulièrement efficaces.

[16,90 € Editions Thierry Souccar](#)

7. Soigner Lyme & les maladies chroniques inexplicables, Dr Richard Horowitz

Le Dr Horowitz soigne et guérit depuis près de 30 ans des personnes atteintes de Lyme et d'autres maladies invalidantes transmises par les tiques. Ce livre rassemble toute son expérience. Objectif : mettre fin au calvaire de ceux qui souffrent. Illustré de nombreux cas réels, écrit avec humour et humanité, ce livre est un passage de témoin, l'expérience inestimable d'un médecin interniste hors du commun.

[39 € Editions Thierry Souccar](#)

8. 11 mois d'enfer ! Diane Schraen-Meura et Yannick Schraen

Yannick est un jeune garçon de 16 ans qui nous livre ici un témoignage poignant écrit sous forme de journal, à quatre mains avec sa mère Diane. Ils nous dévoilent avec pudeur les 11 mois d'enfer qu'ils ont vécu : le difficile combat qu'ils ont mené face au corps médical suspicieux et peu empathique. La maladie de Lyme pose des problèmes de diagnostic. Yannick, et bien d'autres patients, en ont été les victimes.

[18 € Editions Flammarion](#)

9. La vérité sur la maladie de Lyme, Christian Perronne

Pourquoi les patients sont-ils souvent abandonnés à leur souffrance ? Pourquoi ne traite-t-on pas plus efficacement cette maladie alors que des solutions thérapeutiques existent ? Le professeur Perronne, médecin et chercheur de renom, le premier à avoir sensibilisé les pouvoirs publics, raconte dans ce livre de manière claire et précise tout ce qu'on sait aujourd'hui de cette maladie et comment la guérir. Il répond également aux multiples interrogations de ceux, de plus en plus nombreux, qui sont concernés par cette affection.

[21,90 € Editions Odile Jacob](#)

10. La maladie de Lyme, symptômes, diagnostic, solutions, Dr Françoise Heitz

"Ayant atteint le stade 3 de neuroborréliose suite à une intoxication alimentaire et sauvée in extremis par le gong de la morothérapie et la théorie américaine du cuivre, j'ai eu l'idée de mettre mon expérience au service de chacun, afin de faire connaître toutes les méthodes alternatives/naturelles et surtout celles, peu nombreuses, qui donnent des résultats positifs."

Ecrit par une vétérinaire atteinte de la maladie de Lyme, ce livre explique en détail l'évolution et les symptômes de cette maladie chronique, et fait le point sur les protocoles de soins existants ainsi que les médecines alternatives.

[18 € Editions Quintessence](#)